غم اور حزن؛

مؤمن کے دل کو توڑ دینے والا شیطانی ہتھیار!

از: عائشہ أمۃ النور بنت جمیل الدین

غم اور حزن؛ مؤمن کے دل کو توڑ دینے والا شیطانی ہتھیار!

الحمد لله وحده، والصلاة والسلام على من لا نبي بعده، ربي يسر وأعن!

یہ مسلّمہ حقیقت ہے کہ انسانی زندگی خوشی اور غم کے مجموعے سے عبارت ہے، کبھی راحت و مسرت کے لمحے میسر آتے ہیں تو کبھی دکھ، تکلیف، کرب اور مصیبت کا سامنا ہوتا ہے۔ لیکن ایک مؤمن کے لیے سب سے بڑا خطرہ یہ ہے کہ غم اور حزن اس کے دل و دماغ پر حاوی ہو جائیں، اس کی ہمت ٹوٹ جائے اور وہ اپنے نیک اعمال سے صرفِ نظر مایوسی کی کھائی میں جا گرے۔۔۔ یہی وہ کیفیت ہے جسے شیطان سب سے زیادہ پسند کرتا ہے، کیونکہ غم زدہ اور مایوس مؤمن بآسانی عبادات سے غافل ہو جاتا ہے اور مایوسی، ناشکری، اور نااُمیدی جیسے عظیم گناہوں کی طرف مائل ہو جاتا ہے۔

"غم" شرعاً نہ مطلوب ہے، اور نہ ہی مقصود!:

انسان کی یہ فطرت ہے کہ وہ خوشی اور غم دونوں مراحل سے گزرتا ہے، لیکن شریعتِ اسلامیہ ہمیں یہ سبق دیتی ہے کہ غم کو اپنے دل و دماغ پر مسلط نہ کریں، کیونکہ یہ نہ اصلا مطلوب ہے اور نہ ہی مقصود۔ غم انسان کے عزائم کو توڑ دیتا ہے، اس کی اُمیدوں کی رونق کو چھین لیتا ہے، اور شیطان کے لیے راہیں آسان کر دیتا ہے۔ اسی لیے قرآن مجید میں بارہا اہلِ ایمان کو یہ پیغام دیا گیا ہے کہ غم نہ کرو، کمزور نہ پڑو، مایوس نہ ہو، کیونکہ ایمان تمہیں بلندی پر لے جانے والا ہے۔

"غم وحزن" سے بچنے کی تلقین؛ قرآنِ مجید کی روشنی میں:

قرآنِ مجید میں اللہ تعالیٰ نے مؤمنوں کو بار بار غم اور حزن سے بچنے کی تلقین فرمائی ہے:

۱۔ اہلِ ایمان کی حوصلہ افزائی:

«وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَ أَنتُمُ الْأَعْلَوْنَ إِن كُنتُم مُّؤْمِنِينَ»[۱]

"تم سستی نہ کرو اور نہ غم کھاؤ اگر تم ایماندار ہو تو تم ہی غالب رہو گے۔"

۲۔ مصیبت و نقصان پر افسوس نہ کرنے کی تلقین:

«لِّكَيْلَا تَحْزَنُوا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا مَا أَصَابَكُمْ ۗ وَاللَّهُ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ»[۲]

"تاکہ تم نہ اس پر غمزدہ ہو جو تمہارے ہاتھ سے نکل گیا اور نہ اس پر جو تمہیں مصیبت پہنچی اور اللہ اس کی پوری خبر رکھنے والا ہے جو تم کرتے ہو۔"

۳۔ کفار کے انکار پر غم نہ کرنے کی نصیحت:

«فَلَا تَأْسَ عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ»[۳]

"پس آپ کفار پر غم نہ کیجئے۔"

اور دوسرے مقام پر فرمایا: « وَمَن كَفَرَ فَلَا يَحْزُنكَ كُفْرُهُ»[۴]

"جو کفر کرتا ہے اس کا کفر آپ کو غمناک نہ کرے۔"

نیز فرمایا: «وَلَا يَحْزُنكَ قَوْلُهُمْ ۘ إِنَّ الْعِزَّةَ لِلَّهِ جَمِيعًا ۚ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ»[۵]

۱۔ سورة آل عمران : ۱۳۹
۲۔ سورة آل عمران : ۱۵۳
۳۔ سورة المائدة : ٦٨
٤۔ سورة لقمان : ۲۳
٥۔ سورة يونس : ٦٥

"اور آپ کو ان کی باتیں غمگین نہ کرے، یقیناً عزت اللہ ہی کے لیے ہے، وہی خوب سننے والا، خوب جاننے والا ہے۔"

۴۔ غم کے بجائے صبر کو لازم پکڑنے کی تعلیم:

«وَاصْبِرْ وَمَا صَبْرُكَ إِلَّا بِاللَّهِ وَلَا تَحْزَنْ عَلَيْهِمْ وَلَا تَكُ فِي ضَيْقٍ مِّمَّا يَمْكُرُونَ» [٦]

"اور صبر کیجیے! اور نہیں ہے آپ کا صبر مگر اللہ کے لیے اور نہ ان پر غم کرو اور نہ کسی تنگی میں مبتلا ہو، اس سے جو وہ سازشیں کرتے ہیں۔"

۵۔ دشمن کی سازشوں پر غم نہ کرنے کی ترغیب:

«وَلَا تَحْزَنْ عَلَيْهِمْ وَلَا تَكُن فِي ضَيْقٍ مِّمَّا يَمْكُرُونَ» [٧]

"آپ ان کے بارے میں غم نہ کریں اور ان کی چال سے تنگ دل نہ ہوں۔"

۶۔ دنیا کی رنگینیوں پر غم کرنے کی ممانعت:

«لَا تَمُدَّنَّ عَيْنَيْكَ إِلَىٰ مَا مَتَّعْنَا بِهِ أَزْوَاجًا مِّنْهُمْ وَلَا تَحْزَنْ عَلَيْهِمْ» [٨]

"اپنی نگاہیں ان چیزوں کی طرف ہرگز نہ اٹھاؤ جو ہم نے مختلف لوگوں کو فائدہ اٹھانے کے لیے دی ہیں اور ان پر غم نہ کرو۔"

۷۔ غم؛ شیطان کا حربہ:

«إِنَّمَا النَّجْوَىٰ مِنَ الشَّيْطَانِ لِيَحْزُنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَلَيْسَ بِضَارِّهِمْ شَيْئًا إِلَّا

٦۔ سورة النحل : ١٢٧
٧۔ سورة النمل : ٧٠
٨۔ سورة الحجر : ٨٨

بِإِذْنِ اللَّهِ ۚ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ»[9]

"سرگوشی تو ایک شیطانی کام ہے اور وہ اس لیے کی جاتی ہے کہ ایمان لانے والے لوگ اس سے پریشان ہوں، حالانکہ اللہ کے حکم کے بغیر انہیں کوئی چیز نقصان نہیں پہنچا سکتی اور مومنوں کو اللہ پر ہی بھروسہ کرنا چاہئے۔"

۸۔ غمگین ماں کے لیے رب کی تسلی:

جب موسیٰ علیہ السلام کی جان کا خطرہ محسوس کرتے ہوئے ان کی والدہ نے دریا میں ڈال دیا تو اللہ تعالی نے انہیں تسلی دیتے ہوئے فرمایا:

«وَلَا تَخَافِي وَلَا تَحْزَنِي إِنَّا رَادُّوهُ إِلَيْكِ» [10]

"تم اور خوف اور غم نہ کرو۔ ہم موسیٰ کو تمہارے پاس لے آئیں گے"

نیز فرمایا: «فَرَدَدْنَاهُ إِلَىٰ أُمِّهِ كَيْ تَقَرَّ عَيْنُهَا وَلَا تَحْزَنَ وَلِتَعْلَمَ أَنَّ وَعْدَ اللَّهِ حَقٌّ وَلَٰكِنَّ أَكْثَرَهُمْ لَا يَعْلَمُونَ»[11]

"اس طرح ہم موسیٰ کو اس کی ماں کے پاس لے آئے تا کہ اس کی آنکھیں ٹھنڈی ہوں اور وہ پریشان نہ ہو اور جان لے کہ اللہ کا وعدہ سچا تھا مگر اکثر لوگ اس بات کو نہیں جانتے۔"

۹۔ غم کے لمحے میں اللہ کی معیت:

صاحبِ غار (ابو بکر رضی اللہ عنہ) کو نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے تسلی دیتے ہوئے فرمایا:

«لَا تَحْزَنْ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا» [12]

۹۔ سورة المجادلة : ۱۰
۱۰۔ سورة القصص : ۷
۱۱۔ سورة القصص : ۱۳
۱۲۔ سورة التوبة : ٤٠

"غم نہ کرو، بے شک اللہ ہمارے ساتھ ہے۔"

مذکورہ آیات صاف طور پر وضاحت کرتی ہیں کہ غم اور حزن مؤمن کے لیے نقصان دہ اور شیطان کے ہتھیار ہیں۔

"غم اور حزن" احادیثِ نبویہ کی روشنی میں:

دینِ اسلام ایک کامل دین ہے جو انسان کی روح، دل اور زندگی کے تمام پہلوؤں کی اصلاح کرتا ہے۔ شریعت اسلامیہ نے انسان کو خوشی، امید اور توکل کی تعلیم دی ہے اور ایسے اسباب بیان کیے ہیں جو دل کو سکون عطا کرتے ہیں۔ نبی کریم ﷺ کی سیرت طیبہ کے مطالعہ سے معلوم ہوتا ہے کہ آپ ﷺ نے اپنے صحابہ کرام اور اپنی اُمت کو ہمیشہ غم، حزن اور یاسیت سے بچنے کی تعلیم دی، کیونکہ یہ کیفیت انسان کے ایمان، عمل اور عزم کو توڑ دیتی ہے۔ اسی لیے رسول اللہ ﷺ نے ہمیں مختلف دعائیں اور اذکار سکھائے تاکہ ان دعاؤں کے اہتمام کے ذریعے ہم دل کو مضبوط رکھ سکیں اور شیطان کے وسوسوں سے بچ سکیں۔

۱۔ غم وحزن (شیطانی ہتھیار) سے اللہ کی پناہ مانگنے کی تعلیم:

انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ یہ دعا پڑھا کرتے تھے:

«اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الهَمِّ وَالحَزَنِ، وَالعَجْزِ وَالكَسَلِ، وَالجُبْنِ وَالبُخْلِ، وَضَلَعِ الدَّيْنِ، وَغَلَبَةِ الرِّجَالِ»[۱۳]

"اے اللہ! میں تیری پناہ مانگتا ہوں غم والم سے، عاجزی سے، سستی سے، بزدلی سے، بخل سے، قرض چڑھ جانے اور لوگوں کے غلبہ سے۔"

۱۳۔ صحيح البخاري : كتاب الدعوات : ٦٣٦٩

رسول اللہ ﷺ محسنِ انسانیت، اللہ تعالیٰ کے سب سے مقرب بندے، نیز دل و جان کے اعتبار سے سب سے زیادہ مضبوط و مطمئن انسان تھے۔ اس کے باوجود آپ ﷺ نے بار بار غم اور حزن سے اللہ کی پناہ مانگی، اس میں امت کے لیے بہت بڑی تعلیم ہے۔

گویا رسول اللہ ﷺ یہ بتانا چاہتے تھے کہ غم و حزن کوئی معمولی کیفیت نہیں، بلکہ یہ دل کی طاقت، ارادے اور عزم کو توڑ دینے والا روحانی مرض ہے۔۔۔ غور کریں! اگر اللہ کے سب سے محبوب نبی ﷺ اس سے اللہ کی پناہ مانگتے تھے تو امت کے ہر فرد کے لیے لازم ہے کہ وہ اس دعا کو اپنی زندگی کا مستقل وظیفہ بنالیں۔!

۲۔ غم اور پریشانی سے نجات پانے کی نبوی دعا:

ابن مسعود رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے فرمایا:

«مَا أَصَابَ أَحَدًا قَطُّ هَمٌّ وَلَا حَزَنٌ فَقَالَ: اللَّهُمَّ إِنِّي عَبْدُكَ، وَابْنُ عَبْدِكَ، وَابْنُ أَمَتِكَ، نَاصِيَتِي بِيَدِكَ، مَاضٍ فِيَّ حُكْمُكَ، عَدْلٌ فِيَّ قَضَاؤُكَ، أَسْأَلُكَ بِكُلِّ اسْمٍ هُوَ لَكَ ... أَنْ تَجْعَلَ الْقُرْآنَ رَبِيعَ قَلْبِي، وَنُورَ صَدْرِي، وَجَلَاءَ حُزْنِي، وَذَهَابَ هَمِّي، إِلَّا أَذْهَبَ اللَّهُ هَمَّهُ وَحُزْنَهُ، وَأَبْدَلَهُ مَكَانَهُ فَرَحًا»[۱۴]

"جس کسی کو غم یا کوئی پریشانی لاحق ہو اور وہ یہ دعا پڑھے:

اے اللہ! میں تیرا بندہ ہوں، تیرے بندے کا بیٹا ہوں، تیری بندی کا بیٹا ہوں، میری پیشانی تیرے ہاتھ میں ہے، مجھ پر تیرا حکم جاری ہے، تیرے فیصلے میرے حق میں عدل پر مبنی ہیں۔ میں تجھ سے تیرے ہر اس نام کے وسیلے سے سوال کرتا ہوں جو تیرا ہے، جو تونے اپنی ذات کے لیے رکھا، یا اپنی کتاب میں نازل فرمایا، یا اپنی مخلوق میں سے کسی کو سکھایا، یا اپنی غیب کے علم

١٤ـ مسند أحمد: ٣٧١٢، صحيح ابن حبان: ٩٧٢، السلسلة الصحيحة: ١٩٩؛ (صحيح)

میں اپنے پاس مخصوص رکھا، کہ تو قرآن کو میرے دل کی بہار، میرے سینے کا نور، میرے غم کا مٹانے والا اور میری فکر و پریشانی کو دور کرنے والا بنا دے۔

تو اللہ تعالیٰ اس کا غم و حزن دور فرما دیتا ہے اور اس کی جگہ خوشی عطا کر دیتا ہے۔"

یہ حدیث واضح کرتی ہے کہ مؤمن کے دل کے غم کا حقیقی علاج صرف اللہ کا کلام ہے، جو دل کو سکون اور روح کو روشنی عطا کرتا ہے۔

"غم اور حزن" سے متعلق اقوالِ سلف اور علماء کی نصیحتیں:

اہلِ ایمان کے لیے قرآن و حدیث کے بعد سب سے زیادہ درست اور واضح رہنمائی سلف صالحین کے اقوال میں ملتی ہے۔ سلفِ صالحین نے غم و حزن کی حقیقت اور اس کے اثرات پر نہایت گہرے کلمات کہے ہیں، وہ اس کیفیت کو ایک روحانی بیماری اور شیطانی حربہ قرار دیتے تھے، کیونکہ یہ دل کی قوت، ہمت اور ارادے کو کھا جاتی ہے۔ مؤمن کے لیے غم میں ڈوبے رہنا نہ دینی طور پر مطلوب ہے اور نہ ہی دنیاوی اعتبار سے مفید ہے، بلکہ ایک مسلمان کو چاہیے کہ وہ غم کو اللہ تعالیٰ کا ذکر، صبر اور توکل کے ذریعے زائل کرے اور اپنے دل کو امید، عمل اور اللہ کے وعدوں کے ذریعے زندہ رکھے۔

غم و حزن سے متعلق علماء نے بڑی حکمت بھری اور حیرت انگیز باتیں ذکر کی ہیں تاکہ مؤمن ان کیفیتوں کے خطرے کو سمجھے اور ان سے بچنے کی ہر ممکن کوشش کرے۔

۱۔ غم و حزن؛ قوتِ قلب کے دشمن:

امام ابن قیم رحمۃ اللہ علیہ (۷۵۱ھ) فرماتے ہیں:

"الْهَمُّ وَالْحُزْنُ يَضْعُفَانِ الْقَلْبَ، وَيُوهِنَانِ الْعَزِيمَةَ، وَيَذْهَبَانِ بِنَفْسِ النَّشَاطِ وَالْفَرَحِ، وَيُثَبِّطَانِ الْهِمَّةَ، وَيَصِيرُ الْعَبْدُ قَعِيدًا بَعْدَ أَنْ كَانَ مُنْهَاضًا ...

فَأَعْظَمُ الْأَسْبَابِ الْمُفَوِّتَةِ عَلَى الْعَبْدِ مَصَالِحَهُ الْحُزْنُ وَالْهَمُّ"[15]

"غم اور فکر یہ دونوں دل کو کمزور کر دیتے ہیں، عزم (بلند ارادے) کو توڑ دیتے ہیں، نشاط اور خوشی کو ختم کر دیتے ہیں، ہمت کو کمزور دیتے ہیں، اور سرگرم انسان کو سست اور غمگین کر دیتے ہیں۔۔۔ پس غم اور فکر بندے کی بھلائیوں کے فوت ہو جانے کے سب سے بڑے اسباب میں سے ہیں!"

معلوم ہوا کہ غم محض احساس نہیں بلکہ یہ ایک ایسی زنجیر ہے جو مؤمن کی ترقی، عمل اور سکون کو روک دیتی ہے۔

۲۔ غم؛ شیطان کا محبوب ہتھیار:

امام ابن قیم رحمۃ اللہ علیہ (۷۵۱ھ) فرماتے ہیں:

"الحزن يُضعِف القلب، ويُوهِن العزم، ويُضر الإرادة، وَلا شيء أحبّ إلى الشيطان من حزن المؤمن"[16]

"غم دل کو کمزور کر دیتا ہے، عزم کو توڑ دیتا ہے، ارادے کو نقصان پہنچاتا ہے، اور مؤمن کے غم سے بڑھ کر شیطان کو کوئی چیز زیادہ محبوب نہیں!"

شیطان یہی چاہتا ہے کہ مؤمن ہمہ وقت غمگین اور بوجھل دل کا شکار رہے تاکہ وہ عبادت، دعوت دین اور اعمال خیر سے غافل ہو جائے۔ (نسأل الله السلامة)

۱۵۔ زاد المعاد لإبن القيم رحمه الله : ۱۸۹/٤

۱٦۔ مدارج السالكين لإبن القيم رحمه الله : ٤٥٤/١

۳۔ غم؛دین میں غیر مطلوب ہے:

امام ابن تیمیہ رحمۃ اللہ علیہ (۷۲۸ھ) فرماتے ہیں:

"الحزن لا يؤمر به في كتاب ولا سنة، بل يُنهى عنه في مواضع، وإن وقع بغير اختيار فلا لوم على صاحبه."[۱۷]

"غم کتاب و سنت میں کسی بھی جگہ مطلوب نہیں، بلکہ کئی جگہ اس سے منع کیا گیا ہے، البتہ اگر (غم) بغیر اختیار کے واقع ہو جائے تو اس پر کوئی ملامت نہیں۔"

اس قول سے واضح ہوتا ہے کہ غم ایک طبعی چیز ہے، مگر اسے بڑھاوا دینا یا اپنے دل پر مسلط کر لینا شریعت میں درست نہیں۔

غم و حزن کے نقصانات:

۱۔ دل کی کمزوری:

دل وہ مرکز ہے جہاں سے ایمان اور اعمال صالحہ جاری ہوتے ہیں، جب دل ہی کمزور ہو جائے تو عبادت اور قربِ الٰہی میں لذت باقی نہیں رہے گی۔

۲۔ عزائم اور ارادوں میں کمزوری:

ایک مؤمن کو عمل اور دعوت دین کے لیے بلند ہمت کی ضرورت ہے، مگر غم اس کی حوصلہ شکنی کرتا ہے۔

۳۔ اعمال کی سرگرمی کا خاتمہ:

جو شخص غم کے سائے میں رہتا ہے، وہ عبادات، تعلیم اور اصلاحی کاموں سے پیچھے رہ جاتا ہے۔

۱۷۔ مجموع الفتاویٰ لإبن تیمیة رحمه الله : ۱۰/۱۸

۴۔ شیطان کے لیے خوشی کا باعث:

جب مؤمن غموں کی وادیوں میں ڈوبا ہوتا ہے تو شیطان اس سے مطمئن رہتا ہے، کیونکہ وہ اسے خیر کثیر سے روکنے میں کامیاب ہو جاتا ہے۔

۵۔ دینی و دنیاوی مصالح کا ضیاع:

غم انسان کی توجہ کو ماضی یا دیگر نقصان دہ فکروں میں لگا دیتا ہے جس کی وجہ سے وہ حال اور مستقبل کی بھلائیوں سے محروم ہو جاتا ہے۔

٦۔ تعلق باللہ میں غفلت اور کمزوری:

جب انسان غم و حزن کا شکار ہوتا ہے تو اس کی توجہ ذکرِ الٰہی، دعا اور تلاوتِ قرآن سے ہٹ جاتی ہے۔ یوں اس کا تعلق اپنے رب سے کمزور ہو جاتا ہے، حالانکہ مؤمن کی سب سے بڑی طاقت اسی تعلق میں مضمر ہے۔

۷۔ دل و دماغ کا ضعف:

غم انسان کے دل کو بوجھل اور دماغ کو تھکا دیتا ہے۔ فکر و اندیشوں کی کثرت سے ذہن بکھر جاتا ہے اور دل سے وہ صفا و سکینت چھن جاتی ہے جو ایمان کی اصل بنیاد ہے۔

۸۔ ہمت اور محنت کا خاتمہ:

حزن انسان کی توانائی کو زائل کر دیتا ہے، اس کے اندر کے شوق کو ختم کر دیتا ہے۔ نتیجتاً وہ نہ دنیاوی کاموں میں یکسو رہتا ہے اور نہ ہی دینی ذمہ داریوں کو بخوبی ادا کر پاتا ہے۔

غم اور حزن سے بچنے کی تدابیر:

۱۔ اللہ تعالیٰ کی پناہ طلب کرنا۔

۲۔ صبر و توکل اختیار کرنا۔

۳۔ قرآنِ مجید کی کثرتِ تلاوت (حاضر دل اور ذہن کے ساتھ)۔

۴۔ سیرتِ نبوی ﷺ کا مطالعہ۔

۵۔ دعائیں اور ذکر و اذکار کا اہتمام۔

۶۔ علمی سرگرمیوں میں مشغولیت۔

۷۔ نیک و صالح اور معاون لوگوں کی صحبت۔

۸۔ نعمتوں کا شعور اور اس پر شکر گزاری۔

۹۔ لوگوں کی بدخواہی اور دنیاوی نقصانات پر غم نہ کرنا۔

۱۰۔ خدمتِ خلق میں مصروف ہو جانا۔

۱۱۔ اپنے مسائل و معاملات کو اللہ تعالیٰ کے سپرد کر دینا۔

خلاصہ:

انسانی زندگی خوشی اور غم کے امتزاج سے عبارت ہے، لیکن مؤمن کے لیے سب سے بڑا خطرہ یہ ہے کہ غم و حزن دل و دماغ پر حاوی ہو جائیں۔ یہ نہ صرف ہمت اور ارادے کو توڑ دیتے ہیں بلکہ ایمان کی روشنی کو مدھم کر دیتے ہیں اور شیطان کے لیے آسان شکار بناتے ہیں۔

غم و حزن نہ صرف دل کی روشنی اور ایمان کی طاقت کو کمزور کرتے ہیں بلکہ مؤمن کی ہمت اور ارادے کو بھی ٹوٹنے پر مجبور کر دیتے ہیں۔ لیکن جو مؤمن اپنے دل کو امید، صبر اور ذکر الٰہی سے روشن رکھتا ہے، وہ ہر پریشانی میں مطمئن، ہر آزمائش میں ثابت قدم اور ہر لمحے خوش نصیب رہتا ہے۔

یاد رکھیں! کہ خود کو غم و حزن سے محفوظ رکھنا، ایمان کی مضبوطی، دل کا سکون اور زندگی کی خوشیوں کی ضمانت ہے۔ لہٰذا اپنے دل کو امید، عمل اور اللہ کے وعدوں پر بھروسے کے رنگوں

سے سجائیں، اور اس مختصر سی زندگی کو اللہ تعالیٰ کی بندگی میں گزار دیں۔

اللہ رب العالمین ہمارے دلوں کو سکون و اطمینان سے بھر دے، اور ہر غم و حزن سے آزاد کر دے۔۔۔ آمین یارب العالمین

از: عائشہ أمۃ النور بنت جمیل الدین